

【ダンスチャンネル5月第1週】

	月 5月1日	火 5月2日	水 5月3日	木 5月4日	金 5月5日	土 5月6日	日 5月7日
午前 4:00	ストリートダンス ベーシック POPPING編	ヨガにハマる #3 4:30 ヨガにハマる #4	レゲトンエクサ〜惱殺ダンスウーマン〜 #2	(終)ゴージャスダンス #6	ヨガにハマる #1 4:30 ヨガにハマる #2	レゲトンエクサ2〜惱殺ダンスウーマン〜 #1	USA ジャパン オールスター チャレンジコンペティション 2022 イースト #11
午前 5:00	サーフフィットで爽快エクサ! #1	癒されたい美女たち2 #1	ENJOY! テア☆エクサ2 #3	中島史恵のLOVEヨガメソッド 前編	ヨガから始まる美女の休日シーズン3 #3 5:45	ヨガにハマる #1 5:30 ヨガにハマる #2	癒されたい美女たち2 #3
午前 6:00	サーフフィットで爽快エクサ! #2	癒されたい美女たち2 #2	ENJOY! テア☆エクサ2 #4	中島史恵のLOVEヨガメソッド 後編	ヨガから始まる美女の休日シーズン3 #4 6:30 ココロもカラダも 簡単! セクシーヨガ #5	ヨガにハマる #3 6:30 ヨガにハマる #4	癒されたい美女たち2 #4
午前 7:00	ハロプロダンス学園シーズン8 #1 7:30 ハロプロダンス学園シーズン8 #2	GDE Cheerleading Championship 2022 #3	癒されたい美女たち2 #1	ダンスビューTV #147	2022ジャパンオープンチアリーディング選手権大会・2022日本学生チアリーディング選手権大会 #3	ハロプロダンス学園シーズン8 #5 7:30 (終)ハロプロダンス学園シーズン8 #6	DCG 第10回 全国高等学校ダンス部選手権 決勝大会 #1
午前 8:00	輪師里保のONE STEP #1 8:30 輪師里保のONE STEP #2	(終)GDE Cheerleading Championship 2022 #4	癒されたい美女たち2 #2	インフォメーション	2022ジャパンオープンチアリーディング選手権大会・2022日本学生チアリーディング選手権大会 #4	ハロプロダンス学園シーズン9 #1 8:30 ハロプロダンス学園シーズン9 #2	DCG 第10回 全国高等学校ダンス部選手権 決勝大会 #2
午前 9:00	ヨガから始まる美女の休日シーズン3 #1	サーフフィットで爽快エクサ! #1	BATTLE OF THE YEAR 2022 日本予選大会	ENJOY! テア☆エクサ2 #3	中島史恵のLOVEヨガメソッド 前編	ヨガから始まる美女の休日シーズン3 #3 9:45	ヨガにハマる #1 9:30 ヨガにハマる #2
午前 10:00	ヨガから始まる美女の休日シーズン3 #2	サーフフィットで爽快エクサ! #2	ENJOY! テア☆エクサ2 #4	中島史恵のLOVEヨガメソッド 後編	10:30 インフォメーション	ヨガから始まる美女の休日シーズン3 #4	ヨガにハマる #3 10:30 ヨガにハマる #4
午前 11:00	ENJOY! テア☆エクサ2 #1	THE RAMPAGE+THE RAMPAGE #5 11:30 (終)THE RAMPAGE+THE RAMPAGE #6	高校ストリートダンス選手権2023 第一回予選大会	(終)降幡愛のA面/B面 #6 11:30 AKB48踊る女子旅2 #1	スーパーキッズ2022 FINAL #1	ハワイアン LIVE in BIRDLAND #1033 11:30 インフォメーション	(終)第8回 プリンシパルコンペティションTV #4
午後 0:00	ENJOY! テア☆エクサ2 #2	(終)THE RAMPAGE RUI&YAMASHOのパフォーマー向上 0:30 THE RAMPAGE RUI&YAMASHOのパフォーマー向上委員会 RUIver.#1	高校ストリートダンス選手権2023 第二回予選大会	輪師里保のONE STEP #1 0:30 輪師里保のONE STEP #2	第21回 東京オープン・ダンススポーツ選手権 前編	(新)2023 JCDA CHEER DANCE COMPETITION in Spring 関東 #1	
午後 1:00	BATTLE OF THE YEAR 2022 日本予選大会	ヨガから始まる美女の休日シーズン3 #1 2:00 ヨガから始まる美女の休日シーズン3 #2	サーフフィットで爽快エクサ! #1 2:00 サーフフィットで爽快エクサ! #2	USA ジャパン オールスター チャレンジコンペティション 2021 イースト #8 2:00 USA ジャパン オールスター チャレンジコンペティション 2021 イースト #9	降幡愛のA面/B面 #2 1:30 降幡愛のA面/B面 #3 2:00 THE RAMPAGE+THE RAMPAGE #5 2:30 (終)THE RAMPAGE+THE RAMPAGE #6	中島史恵のLOVEヨガメソッド 前編 1:45 中島史恵のLOVEヨガメソッド 後編 2:30 ココロもカラダも 簡単! セクシーヨガ #1	ヨガから始まる美女の休日シーズン3 #3 2:00 ヨガから始まる美女の休日シーズン3 #4
午後 3:00	カリスマ go to SKOOL! #70	2022 JCDA CHEER DANCE COMPETITION in Summer 九州 後編	癒されたい美女たち2 #1	ENJOY! テア☆エクサ2 #3	(新)スーパーキッズ2023 GRAND SLAM TOKYO 2023	メ〜テレ60周年 第7回高校生ダンスバトル選手権 完全版 #3	
午後 4:00	USA ジャパン オールスター チャレンジコンペティション 2022 イースト #2	スーパーキッズ2022 FINAL #1	2022 JCDA CHEER DANCE COMPETITION in Summer Virtual 前編	癒されたい美女たち2 #2	ENJOY! テア☆エクサ2 #4	第1回FIDA GOLD CUP	
午後 5:00	USA ジャパン オールスター チャレンジコンペティション 2022 イースト #3	メ〜テレ60周年 第7回高校生ダンスバトル選手権 完全版 #3	輪師里保のONE STEP #1 5:30 輪師里保のONE STEP #2	癒されたい美女たち2 #3	ENJOY! テア☆エクサ2 #5	高校ストリートダンス選手権2023 第三回予選大会	ハロプロダンス学園シーズン9 #1 5:30 ハロプロダンス学園シーズン9 #2
午後 6:00	USA ジャパン オールスター チャレンジコンペティション 2022 イースト #4	第1回FIDA GOLD CUP	(終)THE RAMPAGE RUI&YAMASHOのパフォーマー向上 6:30 THE RAMPAGE RUI&YAMASHOのパフォーマー向上委員会 RUIver.#1	SHOW CHAMPION #435	(終)ENJOY! テア☆エクサ2 #6	SHOW CHAMPION #440	THE RAMPAGE+THE RAMPAGE #1 6:30 THE RAMPAGE+THE RAMPAGE #2
午後 7:00	USA ジャパン オールスター チャレンジコンペティション 2022 イースト #5	ヨガから始まる美女の休日シーズン3 #3	ダンスビューTV #147	7:20	第1回FIDA GOLD CUP 7:15	SHOW CHAMPION #430	SHOW CHAMPION #436
午後 8:00	第1回FIDA GOLD CUP 8:15	ヨガにハマる #1	SHOW CHAMPION #434	SHOW CHAMPION #438	SHOW CHAMPION #427	SHOW CHAMPION #428	SHOW CHAMPION #428
午後 9:00	SHOW CHAMPION #441	SHOW CHAMPION #442	Hawaiiフラ紀行シーズン4 #3 9:00 ハワイアン LIVE in BIRDLAND #1032	SHOW CHAMPION #429	SHOW CHAMPION #427	SHOW CHAMPION #427	SHOW CHAMPION #428
午後 10:00	SHOW CHAMPION #433	ショー! K-POPの中心 ダンスチャンネルセレクション #133	ヨガから始まる美女の休日 #4	ハロプロダンス学園シーズン8 #3 10:30 ハロプロダンス学園シーズン8 #4	ショー! K-POPの中心 ダンスチャンネルセレクション #129	SHOW CHAMPION #430	SHOW CHAMPION #436
午後 11:00	ショー! K-POPの中心 ダンスチャンネルセレクション #131	ヨガにハマる #3 11:30 ヨガにハマる #4	ENJOY! テア☆エクサ2 #2	ハロプロダンス学園シーズン9 #1 11:30 ハロプロダンス学園シーズン9 #2	ヨガにハマる #5 11:30 ヨガにハマる #6	ENJOY! テア☆エクサ2 #3	【自撮り美女】家トレはじめました! #1
深夜 0:00	【自撮り美女】家トレはじめました! #11	サーフフィットで爽快エクサ! #1	癒されたい美女たち2 #3	(終)【自撮り美女】家トレはじめました! #12	サーフフィットで爽快エクサ! #2	癒されたい美女たち2 #4	真夜中のヒーリングヨガ〜City Viewに包まれて〜 #4
深夜 1:00	真夜中のヒーリングヨガ〜City Viewに包まれて〜 #2	ヨガから始まる美女の休日シーズン3 #2	快汗! セクシーRunトレ #1	真夜中のヒーリングヨガ〜City Viewに包まれて〜 #3	ヨガから始まる美女の休日シーズン3 #3	快汗! セクシーRunトレ #2	快汗! セクシーRunトレ #1
深夜 2:00	快汗! セクシーRunトレ #11	(終)癒されたい美女たち #6	筋トレフィットガール♡ #1	(終)快汗! セクシーRunトレ #12	癒されたい美女たち #1	筋トレフィットガール♡ #2	ヨガにハマる #3 2:30 ヨガにハマる #4
深夜 3:00	ヨガにハマる #1 3:30 ヨガにハマる #2	レゲトンエクサ〜惱殺ダンスウーマン〜 #1	ゴージャスダンス! #5	ヨガにハマる #3 3:30 ヨガにハマる #4	(終)レゲトンエクサ〜惱殺ダンスウーマン〜 #3	ゴージャスダンス! #1	ココロもカラダも 簡単! セクシーヨガ #8 3:30 ココロもカラダも 簡単! セクシーヨガ #9

【ダンスチャンネル5月第2週】

	月 5月8日	火 5月9日	水 5月10日	木 5月11日	金 5月12日	土 5月13日	日 5月14日
午前 4:00	高校ストリートダンス選手権2023 第三回予選大会	ENJOY! チア☆エクサ #2	(終)癒されたい美女たち2 #6	【自撮り美女】家トレはじめました! #3	ENJOY! チア☆エクサ #4	癒されたい美女たち2 #2	USA ジャパン オールスター チャレンジコンペティション 2022 イースト #12
午前 5:00	サーフフィットで爽快エクサ! #3	ENJOY! チア☆エクサ2 #5	中島史恵のLOVEヨガメソッド 前編 5:45	ヨガから始まる美女の休日シーズン3 #5	癒されたい美女たち2 #5	快汗! セクシーRunトレ2 #1	サーフフィットで爽快エクサ! #5
午前 6:00	サーフフィットで爽快エクサ! #4	(終)ENJOY! チア☆エクサ2 #6	中島史恵のLOVEヨガメソッド 後編 6:30	(終)ヨガから始まる美女の休日シーズン3 #6	(終)癒されたい美女たち2 #6	快汗! セクシーRunトレ2 #2	(終)サーフフィットで爽快エクサ! #6
午前 7:00	仮面女子のキラリズム〜踊らないとハジまらない〜 #1	(終)CDE Cheerleading Championship 2022 #4	ENJOY! チア☆エクサ2 #5	メ〜テレ60周年 第7回高校生ダンスバトル選手権 #1	(新)USA オールスター ナショナルズ 2023 #1	ハロプロダンスアカデミー #1 7:30	ダンスビューTV #147
午前 8:00	ハロプロダンス学園シーズン9 #1	(新)2023 JCDA CHEER DANCE COMPETITION in Spring 関東 #1	(終)ENJOY! チア☆エクサ2 #6	メ〜テレ60周年 第7回高校生ダンスバトル選手権 #2	USA オールスター ナショナルズ 2023 #2	仮面女子のキラリズム〜踊らないとハジまらない〜 #2	
午前 9:00	癒されたい美女たち2 #3	サーフフィットで爽快エクサ! #3	(新)スーパーキッズ2023 GRAND SLAM TOKYO 2023	中島史恵のLOVEヨガメソッド 前編 9:45	ヨガから始まる美女の休日シーズン3 #5	癒されたい美女たち2 #5	快汗! セクシーRunトレ2 #1
午前 10:00	癒されたい美女たち2 #4	サーフフィットで爽快エクサ! #4		中島史恵のLOVEヨガメソッド 後編 10:30	(終)ヨガから始まる美女の休日シーズン3 #6	(終)癒されたい美女たち2 #6	快汗! セクシーRunトレ2 #2
午前 11:00	ヨガにハマる #1	AKB48踊る女子旅 #1	ダンスビューTV #147	ハロプロダンス学園シーズン9 #1 11:30	メ〜テレ60周年 第7回高校生ダンスバトル選手権 完全版 #3	ハワイアン LIVE in BIRDLAND #1033 11:30	(新)2023 JCDA CHEER DANCE COMPETITION in Spring 関東 #1
午前 11:30	ヨガにハマる #2			ハロプロダンス学園シーズン9 #2		Hawaiiフラ紀行シーズン4 #10	
午後 0:00	ヨガにハマる #3	ハロプロダンス学園シーズン9 #1		THE RAMPAGE+THE RAMPAGE #1		0:00	
午後 0:30	ヨガにハマる #4	ハロプロダンス学園シーズン9 #2	インフォメーション	THE RAMPAGE+THE RAMPAGE #2	第1回FIDA GOLD CUP	第21回 東京オープン・ダンススポーツ選手権 後編	2023 JCDA CHEER DANCE COMPETITION in Spring 関東 #2
午後 1:00		癒されたい美女たち2 #3	サーフフィットで爽快エクサ! #3	USA ジャパン オールスター チャレンジコンペティション 2021 イースト #10	THE RAMPAGE+THE RAMPAGE #2	ヨガから始まる美女の休日シーズン3 #5	癒されたい美女たち2 #5
午後 2:00	(新)スーパーキッズ2023 GRAND SLAM TOKYO 2023	癒されたい美女たち2 #4	サーフフィットで爽快エクサ! #4	(終)USA ジャパン オールスター チャレンジコンペティション 2021 イースト #11	翰師里保のONE STEP #1 2:30	(終)ヨガから始まる美女の休日シーズン3 #6	(終)癒されたい美女たち2 #6
午後 3:00	カリスマ go to SKOOL! #71	メ〜テレ60周年 第7回高校生ダンスバトル選手権 完全版 #3	(新)USA オールスター ナショナルズ 2023 #1	ENJOY! チア☆エクサ2 #3	中島史恵のLOVEヨガメソッド 前編 3:45	OLD SCHOOL NIGHT VOL.23	スーパーキッズ2022 FINAL #1
午後 4:00	USA ジャパン オールスター チャレンジコンペティション 2022 イースト #6		USA オールスター ナショナルズ 2023 #2	ENJOY! チア☆エクサ2 #5	中島史恵のLOVEヨガメソッド 後編 4:30		
午後 5:00	USA ジャパン オールスター チャレンジコンペティション 2022 イースト #7	高校ストリートダンス選手権2023 第二回予選大会	AKB48踊る女子旅 #2	(終)ENJOY! チア☆エクサ2 #6	快汗! セクシーRunトレ2 #1	ストリートダンス ベーシック KRUMP 編	THE RAMPAGE RUI&YAMASHOのパフォーマー向上委員会 RUIver.#1 5:30
午後 6:00	USA ジャパン オールスター チャレンジコンペティション 2022 イースト #8	癒されたい美女たち2 #5	ハロプロダンス学園シーズン9 #1 6:15	第1回FIDA GOLD CUP	快汗! セクシーRunトレ2 #2	部分覆せバレエ 第2軍 6:15	AKB48踊る女子旅2 #1
午後 7:00	USA ジャパン オールスター チャレンジコンペティション 2022 イースト #9	(終)癒されたい美女たち2 #6	第41回三笠宮杯 全日本ダンススポーツ選手権 #1	SHOW CHAMPION #437 7:30		SHOW CHAMPION #439	SHOW CHAMPION #442 6:30
午後 8:00	神戸蘭子バレエ 第1軍 8:15	ヨガにハマる #2	第41回三笠宮杯 全日本ダンススポーツ選手権 #2	SHOW CHAMPION #441 8:45	SHOW CHAMPION #426	SHOW CHAMPION #430 8:00	第1回FIDA GOLD CUP
午後 9:00	SHOW CHAMPION #424	SHOW CHAMPION #431	Hawaiiフラ紀行シーズン4 #5	ショー! K-POPの中心 ダンスチャンネルセレクション #131		SHOW CHAMPION #435 9:40	SHOW CHAMPION #432 8:20
午後 10:00	SHOW CHAMPION #425	SHOW CHAMPION #438	サーフフィットで爽快エクサ! #3	ハロプロダンスアカデミー #1 10:30	ショー! K-POPの中心 ダンスチャンネルセレクション #132	サーフフィットで爽快エクサ! #4	ショー! K-POPの中心 ダンスチャンネルセレクション #133
午後 11:00	ショー! K-POPの中心 ダンスチャンネルセレクション #130	快汗! セクシーRunトレ2 #2	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #3	(終)THE RAMPAGE RUI&YAMASHOのパフォーマー向上委員会 RUIver.#1 11:30	快汗! セクシーRunトレ2 #3	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #4	(終)ヨガから始まる美女の休日シーズン3 #6
深夜 0:00	ヨガから始まる美女の休日シーズン3 #4	ゴーゴーダンス! #2	快汗! セクシーRunトレ #2	ヨガから始まる美女の休日シーズン3 #5	ゴーゴーダンス! #3	快汗! セクシーRunトレ #3	癒されたい美女たち #4
深夜 1:00	癒されたい美女たち #2	ENJOY! チア☆エクサ2 #4	完全燃焼ガール〜大人のダンスフィットネス、ときどき筋トレ〜 #2	癒されたい美女たち #3	ENJOY! チア☆エクサ2 #5	完全燃焼ガール〜大人のダンスフィットネス、ときどき筋トレ〜 #3	快汗! セクシーRunトレ2 #3
深夜 2:00	快汗! セクシーRunトレ2 #1	ヨガにハマる #5 2:30	真夜中のヒーリングヨガ〜City Viewに包まれて〜 #5	快汗! セクシーRunトレ2 #2	ヨガにハマる #1 2:30	(終)真夜中のヒーリングヨガ〜City Viewに包まれて〜 #6	ENJOY! チア☆エクサ #5
深夜 3:00	ENJOY! チア☆エクサ #1	癒されたい美女たち2 #5	【自撮り美女】家トレはじめました! #2	ENJOY! チア☆エクサ #3	癒されたい美女たち2 #1	【自撮り美女】家トレはじめました! #4	美bodyのアクアピクス女子 #2

【ダンスチャンネル5月第3週】

	月 5月15日	火 5月16日	水 5月17日	木 5月18日	金 5月19日	土 5月20日	日 5月21日
午前 4:00	ストリートダンス ベーシック JAZZ編	ヨガにハマる #5 4:30 ヨガにハマる #6	(終)レゲトンエクサ2～悩殺ダンス ウーマン～ #3	ゴージャスダンス #5	ヨガにハマる #3 4:30 ヨガにハマる #4	レゲトンエクサ～悩殺ダンスウーマ ン～ #2	(終)USA ジャパン オールスター チャ レンジコンペティション 2022 イース ト #13
午前 5:00	癒されたい美女たち #1	ENJOY!チア☆エクサ #3	ココロもカラダも 簡単!セクシーヨガ #5 5:30 中島史恵のLOVEヨガメソッド 前編	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #3	ヨガにハマる #1 5:30 ヨガにハマる #2	癒されたい美女たち #3	サーフフィットで爽快エクサ! #3
午前 6:00	癒されたい美女たち #2	ENJOY!チア☆エクサ #4	6:15 中島史恵のLOVEヨガメソッド 後編	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #4	快汗!セクシーRunトレ #1	癒されたい美女たち #4	サーフフィットで爽快エクサ! #4
午前 7:00	降幡愛のA面/B面 #1 7:30 降幡愛のA面/B面 #2	(新)2023 JCDA CHEER DANCE COMPETITION in Spring 関東 #1	ENJOY!チア☆エクサ #3	ダンスビューTV #148	USA オールスター ナショナルズ 2023 #3	AKB48踊る女子旅2 #1 7:30 AKB48踊る女子旅2 #2	DCC 第10回 全国高等学校ダンス部 選手権 決勝大会 #3
午前 8:00	鞘師里保のONE STEP #2 8:30 鞘師里保のONE STEP #3	2023 JCDA CHEER DANCE COMPETITION in Spring 関東 #2	ENJOY!チア☆エクサ #4	8:30 インフォメーション	USA オールスター ナショナルズ 2023 #4	ハロプロダンス学園シーズン9 #2 8:30 ハロプロダンス学園シーズン9 #3	(終)DCC 第10回 全国高等学校ダンス 部選手権 決勝大会 #4
午前 9:00	サーフフィットで爽快エクサ! #1	癒されたい美女たち #1	9:00 ココロもカラダも 簡単!セクシーヨガ #3 9:30 中島史恵のLOVEヨガメソッド 前編	9:00 ココロもカラダも 簡単!セクシーヨガ #3 9:30 中島史恵のLOVEヨガメソッド 前編	9:00 ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #3 9:30 ヨガにハマる #1 9:30 ヨガにハマる #2	9:00 ヨガにハマる #1 9:30 ヨガにハマる #2	癒されたい美女たち #3
午前 10:00	サーフフィットで爽快エクサ! #2	癒されたい美女たち #2	10:00 OLD SCHOOL NIGHT VOL.23 10:15 中島史恵のLOVEヨガメソッド 後編	10:00 中島史恵のLOVEヨガメソッド 後編	10:00 ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #4 10:30 ヨガにハマる #3 10:30 ヨガにハマる #4	10:00 ヨガにハマる #3 10:30 ヨガにハマる #4	癒されたい美女たち #4
午前 11:00	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #1	11:00 PIXMIXのピクチャレ～To The Hot Idol～ #1 11:30 PIXMIXのピクチャレ～To The Hot Idol～ #2	11:00 高校ストリートダンス選手権2023 第 二回予選大会	11:00 AKB48踊る女子旅2 #1 11:30 AKB48踊る女子旅2 #2	11:00 AKB48踊る女子旅2 #1 11:30 AKB48踊る女子旅2 #2	11:00 ハワイアン LIVE in BIRDLAND # 1034 11:30 インフォメーション	2023 JCDA CHEER DANCE COMPETITION in Spring 関東 #2
午後 0:00	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #2	0:00 THE RAMPAGE RUI&YAMASHOの パフォーマー向上委員会 RUIver.#1 0:30 THE RAMPAGE RUI&YAMASHOの パフォーマー向上委員会 RUIver.#2	0:00 高校ストリートダンス選手権2023 第 三回予選大会	0:00 鞘師里保のONE STEP #2 0:30 鞘師里保のONE STEP #3	0:00 スーパーキッズ2022 FINAL #2	0:00 第40回三笠宮杯 全日本ダンスス ポーツ選手権 #1	2023 JCDA CHEER DANCE COMPETITION in Spring 関東 #3
午後 1:00	サーフフィットで爽快エクサ! #1	癒されたい美女たち #1	1:00 USA ジャパン テアリーディング&ダン ス学生新人大会 2021 イースト #1	1:00 USA ジャパン テアリーディング&ダン ス学生新人大会 2021 イースト #1	1:00 降幡愛のA面/B面 #3 1:30 降幡愛のA面/B面 #4	1:00 ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #3	1:00 ヨガにハマる #1 1:30 ヨガにハマる #2
午後 2:00	OLD SCHOOL NIGHT VOL.23	2:00 サーフフィットで爽快エクサ! #2	2:00 癒されたい美女たち #2	2:00 USA ジャパン テアリーディング&ダン ス学生新人大会 2021 イースト #2	2:00 (終)THE RAMPAGE+THE RAMPAGE #6 2:30 ハロプロダンスアカデミー #1	2:00 ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #4	2:00 ヨガにハマる #3 2:30 ヨガにハマる #4
午後 3:00	カリスマ go to SKOOL! #72	USA オールスター ナショナルズ 2023 #3	USA オールスター ナショナルズ 2023 #3	ENJOY!チア☆エクサ #3	3:00 インフォメーション 3:30 中島史恵のLOVEヨガメソッド 前編	3:00 メ～テレ60周年 第7回高校生ダンス バトル選手権 完全版 #1	3:00 メ～テレ60周年 第7回高校生ダンス バトル選手権 完全版 #4
午後 4:00	USA ジャパン オールスター チャレン ジコンペティション 2022 イースト # 10	4:00 スーパーキッズ2022 FINAL #2	USA オールスター ナショナルズ 2023 #4	ENJOY!チア☆エクサ #4	4:15 中島史恵のLOVEヨガメソッド 後編	4:30 B-boy列伝 ～Kaku～	4:50 第1回FIDA GOLD CUP
午後 5:00	USA ジャパン オールスター チャレン ジコンペティション 2022 イースト # 11	5:00 メ～テレ60周年 第7回高校生ダンス バトル選手権 完全版 #4	5:00 鞘師里保のONE STEP #2 5:30 鞘師里保のONE STEP #3	5:00 ENJOY!チア☆エクサ #5	5:00 ヨガにハマる #3 5:30 ヨガにハマる #4	5:00 高校ストリートダンス選手権2023 第 四回予選大会	5:00 ハロプロダンス学園シーズン9 #2 5:30 ハロプロダンス学園シーズン9 #3
午後 6:00	USA ジャパン オールスター チャレン ジコンペティション 2022 イースト # 12	6:00 THE RAMPAGE RUI&YAMASHOの パフォーマー向上委員会 RUIver.#1 6:30 THE RAMPAGE RUI&YAMASHOの パフォーマー向上委員会 RUIver.#2	6:00 ミスカレッジダンサー2021FINAL ダイ 15	6:00 SHOW CHAMPION #433	6:00 ヨガにハマる #5 6:30 ヨガにハマる #6	6:00 第1回FIDA GOLD CUP 6:15 SHOW CHAMPION #437	6:00 THE RAMPAGE+THE RAMPAGE #2 6:30 THE RAMPAGE+THE RAMPAGE #3
午後 7:00	(終)USA ジャパン オールスター チャ レンジコンペティション 2022 イースト #13	7:00 サーフフィットで爽快エクサ! #3	7:00 ダンスビューTV #148	7:00 SHOW CHAMPION #434 7:15 第1回FIDA GOLD CUP 7:35 SHOW CHAMPION #442	7:00 SHOW CHAMPION #436 7:15 第1回FIDA GOLD CUP 7:35 SHOW CHAMPION #434	7:00 SHOW CHAMPION #429	7:00 SHOW CHAMPION #426
午後 8:00	SHOW CHAMPION #435	8:00 SHOW CHAMPION #443	8:00 SHOW CHAMPION #442	8:00 SHOW CHAMPION #442	8:00 SHOW CHAMPION #436	8:00 SHOW CHAMPION #429	8:00 SHOW CHAMPION #426
午後 9:00	SHOW CHAMPION #440	9:20 SHOW CHAMPION #440	9:00 ハワイアン LIVE in BIRDLAND # 1033 9:30 ハワイアン LIVE in BIRDLAND # 1033	9:00 ショー!K-POPの中心 ダンスチャン ネルセレクション #129	9:00 SHOW CHAMPION #436	9:00 ショー!K-POPの中心 ダンスチャン ネルセレクション #133	9:00 SHOW CHAMPION #426
午後 10:00	ショー!K-POPの中心 ダンスチャン ネルセレクション #134	10:00 ショー!K-POPの中心 ダンスチャン ネルセレクション #134	10:00 SHOW CHAMPION #443	10:00 SHOW CHAMPION #442	10:00 SHOW CHAMPION #436	10:00 SHOW CHAMPION #429	10:00 SHOW CHAMPION #426
午後 11:00	ショー!K-POPの中心 ダンスチャン ネルセレクション #132	11:00 ヨガにハマる #5 11:30 ヨガにハマる #6	(終)ENJOY!チア☆エクサ2 #6	11:00 ハロプロダンス学園シーズン9 #2 11:30 ハロプロダンス学園シーズン9 #3	11:00 ヨガにハマる #7 11:30 ヨガにハマる #8	11:00 ENJOY!チア☆エクサ2 #1	11:00 【自撮り美女】家トレはじめました! #7
深夜 0:00	【自撮り美女】家トレはじめました! #5	0:00 サーフフィットで爽快エクサ! #5	0:00 癒されたい美女たち2 #3	0:00 【自撮り美女】家トレはじめました! #6	0:00 (終)サーフフィットで爽快エクサ! #6	0:00 癒されたい美女たち2 #4	0:00 真夜中のヒーリングヨガ～City View に包まれて～ #3
深夜 1:00	真夜中のヒーリングヨガ～City View に包まれて～ #1	1:00 ヨガから始まる美女の休日シーズン3 #1	1:00 快汗!セクシーRunトレ #2	1:00 真夜中のヒーリングヨガ～City View に包まれて～ #2	1:00 ヨガから始まる美女の休日シーズン3 #2	1:00 快汗!セクシーRunトレ #3	1:00 快汗!セクシーRunトレ #6
深夜 2:00	快汗!セクシーRunトレ #4	2:00 癒されたい美女たち #5	2:00 筋トレフィットガール♡ #3	2:00 快汗!セクシーRunトレ #5	2:00 (終)癒されたい美女たち #6	2:00 筋トレフィットガール♡ #4	2:00 ヨガにハマる #1 2:30 ヨガにハマる #2
深夜 3:00	ヨガにハマる #3	3:00 レゲトンエクサ2～悩殺ダンスウーマ ン～ #2	3:00 ゴージャスダンス! #4	3:00 ヨガにハマる #5	3:00 レゲトンエクサ～悩殺ダンスウーマ ン～ #1	3:00 (終)ゴージャスダンス! #6	3:00 ココロもカラダも 簡単!セクシーヨガ #10 3:30 ココロもカラダも 簡単!セクシーヨガ #11

【ダンスチャンネル5月第4週】

	月 5月22日	火 5月23日	水 5月24日	木 5月25日	金 5月26日	土 5月27日	日 5月28日
午前 4:00	高校ストリートダンス選手権2023 第四回予選大会	ENJOY! チア☆エクサ #1	(終)癒されたい美女たち2 #6	【自撮り美女】家トレはじめました! #9	ENJOY! チア☆エクサ #3	癒されたい美女たち2 #2	2022 JCDA CHEER DANCE COMPETITION in Summer 関東 #1
午前 5:00	ENJOY! チア☆エクサ #5	中島史恵のLOVEヨガメソッド 前編	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #5	癒されたい美女たち #5	快汗! セクシーRunトレ2 #1	サーフフィットで爽快エクサ! #5	ヨガにハマる #5
		5:45					ヨガにハマる #6
午前 6:00	(終)ENJOY! チア☆エクサ #6	中島史恵のLOVEヨガメソッド 後編	(終)ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #6	(終)癒されたい美女たち #6	快汗! セクシーRunトレ2 #2	(終)サーフフィットで爽快エクサ! #6	ヨガにハマる #7
		6:30					ヨガにハマる #8
		ココロもカラダも 簡単! セクシーヨガ #5					
午前 7:00	仮面女子のキラリズム〜踊らないとハジまらない〜 #2	2023 JCDA CHEER DANCE COMPETITION in Spring 関東 #2	中島史恵のLOVEヨガメソッド 前編	メ〜テレ60周年 第7回高校生ダンスバトル選手権 #3	USA オールスター ナショナルズ 2023 #5	ハロプロダンスアカデミー #2	ダンスビューTV #148
			7:45			7:30	
						ハロプロダンスアカデミー #3	
午前 8:00	ハロプロダンス学園シーズン9 #2	2023 JCDA CHEER DANCE COMPETITION in Spring 関東 #3	中島史恵のLOVEヨガメソッド 後編	(終)メ〜テレ60周年 第7回高校生ダンスバトル選手権 #4	USA オールスター ナショナルズ 2023 #6	(終)仮面女子のキラリズム〜踊らないとハジまらない〜 #3	8:30
	8:30		8:30				ハワイアン LIVE in BIRDLAND #1034
			ココロもカラダも 簡単! セクシーヨガ #4				
午前 9:00	サーフフィットで爽快エクサ! #3	ENJOY! チア☆エクサ #5	メ〜テレ60周年 第7回高校生ダンスバトル選手権 完全版 #1	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #5	癒されたい美女たち #5	快汗! セクシーRunトレ2 #1	サーフフィットで爽快エクサ! #5
午前 10:00	サーフフィットで爽快エクサ! #4	(終)ENJOY! チア☆エクサ #6	10:30	(終)ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #6	(終)癒されたい美女たち #6	快汗! セクシーRunトレ2 #2	(終)サーフフィットで爽快エクサ! #6
			B-boy列伝 ~Kaku~				
午前 11:00	癒されたい美女たち #3	AKB48踊る女子旅 #2	ダンスビューTV #148	ハロプロダンス学園シーズン9 #2	メ〜テレ60周年 第7回高校生ダンスバトル選手権 完全版 #4	ハワイアン LIVE in BIRDLAND #1034	2023 JCDA CHEER DANCE COMPETITION in Spring 関東 #3
				11:30		11:30	
				ハロプロダンス学園シーズン9 #3		Hawaiiフラ紀行シーズン4 #11	
午後 0:00	癒されたい美女たち #4	ハロプロダンス学園シーズン9 #2	0:30	THE RAMPAGE+THE RAMPAGE #2	第40回三笠宮杯 全日本ダンススポーツ選手権 #2	0:00	(終)2023 JCDA CHEER DANCE COMPETITION in Spring 関東 #4
		0:30	インフォメーション	THE RAMPAGE+THE RAMPAGE #3	第1回FIDA GOLD CUP		
		ハロプロダンス学園シーズン9 #3		0:50			
午後 1:00	インフォメーション	サーフフィットで爽快エクサ! #3	ENJOY! チア☆エクサ #5	(終)USA ジャパン テアリーディング&ダンス学生新人大会 2021 イースト #3	THE RAMPAGE+THE RAMPAGE #3	癒されたい美女たち #5	快汗! セクシーRunトレ2 #1
	1:30				1:30		
					THE RAMPAGE+THE RAMPAGE #4		
午後 2:00	メ〜テレ60周年 第7回高校生ダンスバトル選手権 完全版 #1	サーフフィットで爽快エクサ! #4	(終)ENJOY! チア☆エクサ #6	USA ジャパン テアリーディング&ダンス学生選手権大会 2021 イースト #1	鞘師里保のONE STEP #2	(終)癒されたい美女たち #6	快汗! セクシーRunトレ2 #2
					2:30		
					鞘師里保のONE STEP #3		
午後 3:00	カリスマ go to SKOOL! #73	メ〜テレ60周年 第7回高校生ダンスバトル選手権 完全版 #4	USA オールスター ナショナルズ 2023 #5	中島史恵のLOVEヨガメソッド 前編	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #3		
				3:45			
午後 4:00	2022 JCDA CHEER DANCE COMPETITION in Summer 関東 #1	USA オールスター ナショナルズ 2023 #6	USA オールスター ナショナルズ 2023 #6	中島史恵のLOVEヨガメソッド 後編	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #4	メ〜テレ60周年 第7回高校生ダンスバトル選手権 完全版 #2	スーパーキッズ2022 FINAL #2
				4:30			
				ココロもカラダも 簡単! セクシーヨガ #7			
午後 5:00	2022 JCDA CHEER DANCE COMPETITION in Summer 関東 #2	高校ストリートダンス選手権2023 第三回予選大会	(終)AKB48踊る女子旅 #3	ココロもカラダも 簡単! セクシーヨガ #8	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #5		5:00
				5:30			THE RAMPAGE RUI&YAMASHOのパフォーマー向上委員会 RUIver.#2
				ココロもカラダも 簡単! セクシーヨガ #9			5:30
							THE RAMPAGE RUI&YAMASHOのパフォーマー向上委員会 RUIver.#3
午後 6:00	【生放送】第一生命 D.LEAGUE 22-23 AWARDS SHOW	サーフフィットで爽快エクサ! #5	ハロプロダンス学園シーズン9 #2	SHOW CHAMPION #432	(終)ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #6	第1回FIDA GOLD CUP	AKB48踊る女子旅2 #2
			6:30			6:15	6:30
			ハロプロダンス学園シーズン9 #3				AKB48踊る女子旅2 #3
午後 7:00		(終)サーフフィットで爽快エクサ! #6	第41回三笠宮杯 全日本ダンススポーツ選手権 #2	7:25		SHOW CHAMPION #441	快汗! セクシーRunトレ2 #3
						7:30	
						SHOW CHAMPION #443	
午後 8:00	B-boy列伝 ~Kaku~	ヨガにハマる #3	(終)第41回三笠宮杯 全日本ダンススポーツ選手権 #3	SHOW CHAMPION #427		SHOW CHAMPION #424	ヨガにハマる #8
	8:30				8:25		8:30
午後 9:00	2022 JCDA CHEER DANCE COMPETITION in Summer 関東 #3	SHOW CHAMPION #428	Hawaiiフラ紀行シーズン4 #8	ショー! K-POPの中心 ダンスチャンネルセレクション #134	ショー! K-POPの中心 ダンスチャンネルセレクション #133	ショー! K-POPの中心 ダンスチャンネルセレクション #132	SHOW CHAMPION #431
	9:30		9:30				
			ハワイアン LIVE in BIRDLAND #1034				
午後 10:00	SHOW CHAMPION #442	ショー! K-POPの中心 ダンスチャンネルセレクション #129	サーフフィットで爽快エクサ! #1	ハロプロダンスアカデミー #2	ショー! K-POPの中心 ダンスチャンネルセレクション #131	サーフフィットで爽快エクサ! #2	ショー! K-POPの中心 ダンスチャンネルセレクション #130
	10:40			10:30			
				ハロプロダンスアカデミー #3			
午後 11:00	ショー! K-POPの中心 ダンスチャンネルセレクション #134	快汗! セクシーRunトレ2 #3	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #5	THE RAMPAGE RUI&YAMASHOのパフォーマー向上委員会 RUIver.#1	快汗! セクシーRunトレ2 #4	(終)ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #6	ヨガから始まる美女の休日シーズン3 #5
				11:30			
				THE RAMPAGE RUI&YAMASHOのパフォーマー向上委員会 RUIver.#2			
深夜 0:00	ヨガから始まる美女の休日シーズン3 #3	ゴーゴーダンスーズ! #1	快汗! セクシーRunトレ #7	ヨガから始まる美女の休日シーズン3 #4	ゴーゴーダンスーズ! #2	快汗! セクシーRunトレ #8	癒されたい美女たち #3
深夜 1:00	癒されたい美女たち #1	ENJOY! チア☆エクサ2 #2	完全燃焼ガール〜大人のダンスフィットネス、ときどき筋トレ〜 #4	癒されたい美女たち #2	ENJOY! チア☆エクサ2 #3	完全燃焼ガール〜大人のダンスフィットネス、ときどき筋トレ〜 #5	快汗! セクシーRunトレ2 #4
深夜 2:00	快汗! セクシーRunトレ2 #2	ヨガにハマる #7	真夜中のヒーリングヨガ〜City Viewに包まれて〜 #4	快汗! セクシーRunトレ2 #3	ヨガにハマる #3	真夜中のヒーリングヨガ〜City Viewに包まれて〜 #5	ENJOY! チア☆エクサ #4
		2:30			2:30		
		ヨガにハマる #8			ヨガにハマる #4		
深夜 3:00	(終)ENJOY! チア☆エクサ #6	癒されたい美女たち2 #5	【自撮り美女】家トレはじめました! #8	ENJOY! チア☆エクサ #2	癒されたい美女たち2 #1	【自撮り美女】家トレはじめました! #10	(終)美bodyのアクアピクス女子 #3

【ダンスチャンネル5月第5週】

	月 5月29日	火 5月30日	水 5月31日	木 6月1日	金 6月2日	土 6月3日	日 6月4日
4:00							
午前 4:00	ストリートダンス ベーシック B-GIRLING編	ヨガにハマる #7 4:30 ヨガにハマる #8	レゲトンエクサ2～悩殺ダンスウーマン～ #1				
5:00							
午前 5:00	ENJOY! テア☆エクサ2 #3	ヨガにハマる #1 5:30 ヨガにハマる #2	ヨガから始まる美女の休日 #3				
6:00							
午前 6:00	ENJOY! テア☆エクサ2 #4	ヨガにハマる #3 6:30 ココロもカラダも 簡単! セクシーヨガ #5	ヨガから始まる美女の休日 #4				
7:00							
午前 7:00	降幡愛のA面/B面 #2 7:30 降幡愛のA面/B面 #3	2023 JCDA CHEER DANCE COMPETITION in Spring 関東 #3	ココロもカラダも 簡単! セクシーヨガ #10 7:30 中島史恵のLOVEヨガメソッド 前編				
8:00							
午前 8:00	鞘師里保のONE STEP #3 8:30 鞘師里保のONE STEP #4	(終)2023 JCDA CHEER DANCE COMPETITION in Spring 関東 #4	8:15 中島史恵のLOVEヨガメソッド 後編				
9:00							
午前 9:00	癒されたい美女たち2 #1	ENJOY! テア☆エクサ2 #3					
10:00							
午前 10:00	癒されたい美女たち2 #2	ENJOY! テア☆エクサ2 #4	メ〜テレ60周年 第7回高校生ダンスバトル選手権 完全版 #2				
11:00							
午前 11:00	サーフフィットで爽快エクサ! #1	11:00 PIXMIXのピクチャレ〜To The Hot Idol〜 #2 11:30 PIXMIXのピクチャレ〜To The Hot Idol〜 #3					
0:00							
午後 0:00	サーフフィットで爽快エクサ! #2	0:00 THE RAMPAGE RUI&YAMASHOのパフォーマー向上委員会 RUIver.#2 0:30 THE RAMPAGE RUI&YAMASHOのパフォーマー向上委員会 RUIver.#3	0:00 高校ストリートダンス選手権2023 第四回予選大会				
1:00							
午後 1:00		癒されたい美女たち2 #1	ENJOY! テア☆エクサ2 #3				
2:00							
午後 2:00	メ〜テレ60周年 第7回高校生ダンスバトル選手権 完全版 #2	癒されたい美女たち2 #2	ENJOY! テア☆エクサ2 #4				
3:00							
午後 3:00			USA オールスター ナショナルズ 2023 #7				
4:00							
午後 4:00	2022 JCDA CHEER DANCE COMPETITION in Summer 関東 #4	スーパーキッズ2022 FINAL #3	USA オールスター ナショナルズ 2023 #8				
5:00							
午後 5:00	2022 JCDA CHEER DANCE COMPETITION in Summer 関東 #5		鞘師里保のONE STEP #3 5:30 鞘師里保のONE STEP #4				
6:00							
午後 6:00	(終)2022 JCDA CHEER DANCE COMPETITION in Summer 関東 #6	メ〜テレ60周年 第7回高校生ダンスバトル選手権 完全版 #5	6:00 THE RAMPAGE RUI&YAMASHOのパフォーマー向上委員会 RUIver.#2 6:30 THE RAMPAGE RUI&YAMASHOのパフォーマー向上委員会 RUIver.#3 6:50 第1回FIDA GOLD CUP				
7:00							
午後 7:00	USAジャパン テアリーディング&ダンス学生新人大会 2022 イースト #1	癒されたい美女たち2 #3					
8:00							
午後 8:00	第1回FIDA GOLD CUP	8:00 ヨガにハマる #4	舞台FOCUS2022『アップデート』				
8:15							
9:00							
午後 9:00	SHOW CHAMPION #430	8:30 SHOW CHAMPION #425	9:00 ハワイアン LIVE in BIRDLAND #1034				
9:30							
午後 9:30	SHOW CHAMPION #443	9:50 SHOW CHAMPION #443	Hawaiiフラ紀行シーズン4 #9				
10:00							
午後 10:00		ショー! K-POPの中心 ダンスチャンネルセレクション #130	10:00 ヨガから始まる美女の休日 #2				
10:50							
午後 10:50							
11:00							
午後 11:00	ショー! K-POPの中心 ダンスチャンネルセレクション #129	11:00 ヨガにハマる #7 11:30 ヨガにハマる #8	ENJOY! テア☆エクサ2 #4				
0:00							
深夜 0:00	【自撮り美女】家トレはじめました! #11	サーフフィットで爽快エクサ! #3	癒されたい美女たち2 #3				
1:00							
深夜 1:00	(終)真夜中のヒーリングヨガ〜City Viewに包まれて〜 #6	(終)ヨガから始まる美女の休日シーズン3 #6	快汗! セクシーRunトレ2 #3				
2:00							
深夜 2:00	快汗! セクシーRunトレ #9	癒されたい美女たち #4	筋トレフィットガール♡ #5				
3:00							
深夜 3:00	中島史恵のLOVEヨガメソッド 前編	(終)レゲトンエクサ～悩殺ダンスウーマン～ #3	ゴーゴーダンスサイズ! #3				
3:55							
	放送休止						